28 C II 44118/p 15.

DISSERTATIO INAUGURALIS MEDICA,

SEPTEM LEGES SANITATIS EXHIBENS,

Quam

RECTORE MAGNIFICENTISSIMO,

SERENISSIMO PRINCIPE AC DOMINO,

DN. FRIDERICO WILHELMO,

PRINCIPE BORUSSIAE, MARCHIONE BRANDENBURGICO,

PRAESIDE

DN. FRIDERICO HOFFMANNO,

CONSILIARIO AULICO, ARCHIATRO REGIO ET PROFESSORE PRIMARIO, DECANO h. t. SPECTATISSIMO,

PRO GRADU DOCTORALI,

Ad d. Octobr. M. DCC XIII. horis ante & pomeridianis

IN AUDITORIO MAJORI

Publico Eruditorum Examini ſubmittit

JOHANNES FRIDERICUS RITTER,

Quedlinburgenſis Saxo.

HALAE MAGDEBURGICAE,

TYPIS GEORGI JACOBI LEHMANNI, ACAD. TYPOG.

WELLCOME
LIBRARY
INSTITUTE

DISSERTATIO SOLENNIS MEDICA,

SEPTEM LEGES SANITATIS EXHIBENS.

PROOEMIUM.

NIhil eſt ad ineffabilem Dei gloriam in toto hoc univerſo illuſtrius, quam quod omnia & ſingula mirabili proportione, ſapientisſimo ordine & convenienti tempore perficiantur. Neque ullus in natura notabilis effectus, niſi ſub certo cauſarum ordine, atque concurſu animadvertitur. Corpora organica ſuas actiones, motusque ſecundum certam normam certasque leges conſtanter abſolvunt. Sidera cœleſtia ad conſtantes regulas, curſum, iter, ac motum ſuum in vaſtiſſimo cœli ſpatio conficiunt, quas leges magnus *Keplerus* accurate notavit.

Neque deſcenſus corporum gravium ſine legibus fit, quarum obſervationem mathematicis, præſertim *Galilæo à Galilæis* debemus. Neque percusſiones atque impulſus legibus, quarum inventionem pæcipue Clarisſimi Viri *Hugenius*, *Borellus* & *Leibnitius* ſibi vendicant, deſtituuntur. Id vero in ſolertiorum adhuc deſideriis eſt, ut leges, quibus fluida & elaſtica obſecundant, ſatis ſuperque perſpectæ atque detectæ eſſent. Cum itaque in tota rerum natura, nihil ſine ordine, nihil ſine regula ac lege fiat, nullum eſt dubium, quin etiam vita atque integritas humani corporis certo ordine ac lege naturali quam maxime diſpenſetur atque adminiſtretur. Has itaque leges microcoſmicas, hunc, quo natura gaudet ordinem recte explorare atque intelligere utique boni medici eſſe videtur. Hiſce enim inventis, poſtea quam facillimum erit ſalutaria vitæ & ſanitatis tuendæ cauſa, præcepta ſuperſtruere, quorum obſervantia inconcuſſam ſanitatem promittat, contemtus vitam miſeram atque breviorem poſt ſe trahat. Quemadmodum enim, qui legum civilium ſunt obſervantes in Republica, ſalutem ſibi atque tranquillitatem parant: ita etiam quibus legum medicarum obſervantia non deſpicatui ſed curæ cordique eſt, ii proſperam æquabilem atque perpetuam valetudinem, qua nihil poteſt eſſe in vita carius, ſibi conciliare poterunt. Duodecim olim tabulis omnium legum jurisque ſcientiam priſca & ſapiens vetuſtas complexa eſt, nos jam ſacro ſeptenario vitæ ac ſanitatis regulas

at-

atque leges includere allaboravimus, adeo ut in compendio quaſi omne illud alias valde diffuſum, quod circa ſanitatem tuendam obſervandum eſt, hic reperiatur. Quem laborem neque injucundum, neque inutilem ad bonum publicum cum judicaverimus, placuit illum loco ſpeciminis cujusdam inauguralis curioſorum oculis atque animis ſubjicere. Cui ut immenſus veritatis fons benedictionem, gratiam atque proſperum ſucceſſum elargiatur, non ſine devoto animi cultu precamur.

I.

SEptem itaque leges, quibus ſanitas incorrupta diu ſervari poſſit, propoſituris, primo omnium nobis incumbit, ut fundamentalem microcoſmicam legem, ſecundum quam ceu ad normam omnes actiones corporis noſtri neque non vita atque ſanitas adminiſtrantur, & cui noſtræ etiam diæteticæ leges inſiſtunt, in medium proferamus. Eſt vero ea lex, liber æquabilis ac moderatus fluorum in circulum abiens motus, per moderatum conſtantem & æquabilem ſolidorum pulſum ac tonum; Hoc princeps eſt conſervationis corporis noſtri in ſe corruptibilis fundamentum. Hæc lex omnium actionum, quæ in corpore contingunt, tam naturalium quam animalium norma & regula eſt. Hic omnis theoriæ ſive ſcientiæ & prudentiæ ſive praxeos medicæ unicus & perpetuus eſt ſcopus. Hæc exquiſiti vitæ regiminis & ſalubrium diætæ præceptorum præcipua directrix. Hac ſarta tecta ac

ſalva, in vigore ac ſanitate perſiſtit corpus, hac deſtructa multum in hiſce periclitatur. Nullus enim morbus, nulla œconomiæ motuum vitalium perturbatio animadvertitur, ubi violatio hujus legis fundamentalis microcoſmicæ evitatur.

II.

Hiſce jam perſpectis ingenioſa & eximiæ utilitatis emergit quæſtio, quænam illa ſint, quæ legem hanc ceu fundamentum vitæ & ſanitatis conſtituunt, firmant, atque corroborant? nec non quænam hanc naturæ normam violare atque deſtruere idonea ſint? Sicuti enim ab illis longam vitam illibatamque ſanitatem, qua nihil poteſt eſſe dulcius: ita ab his ejus abbreviationem & incommodam valetudinem expectari oportet. Facta autem accuratiore penſitatione, machinam noſtram & materiam qua conſtat, & motum, qui actuat materiam, a rebus mere externis accipere, annotamus. Hiſce enim per ſingula momenta eget & conſervatur: iisque deficientibus deſtruitur. A veteribus hæ res non naturales appellantur, quoniam extra corporis noſtri eſſentiam conſtitutæ ſint. Sunt vero hæc ipſa maxime omnium animi conditio, & præterea univerſalis ille aëris & ætheris fons, ê quo omnia viventium genera bibere debent. Sunt alimenta, ſolida æque ac fluida. Sunt denique actiones ipſius hominis nunquam non neceſſariæ, quæ ad motum, quietem, ſomnum, vigilias, conſvetudinem, vitæque genus pertinent. Et quemadmodum ingenioſe conſtructi automatis motus â vi motrice ela-

elaſtica vel pondere alterius corporis dependet, conſervatur atque dirigitur: Ita etiam artificioſiſſimæ atque ineffabili ſapientia conſtructæ machinæ noſtræ â corruptione conſervatio, atque regularis & ordinatus motionum ſucceſſus â rebus memoratis externis unice pendet, per easque durat atque perſiſtit. Hæc ipſa enim ſunt, quæ machinæ noſtræ materiam mobilem ſeu movendam ſufficienti quantitate & temperie ſubminiſtrant. Hæc ipſa ſunt, quæ vigorem, motum, actuationem partibus ſolidis æque ac fluidis tribuunt. Ex quo clarisſime intelligitur, utique in harum rerum prudenti ac decenti uſu præcipuum vitæ & ſanitatis noſtræ momentum verſari, eaque propter hanc curam animo noſtro perpetuo eſſe debere infixam, ut leges, quæ præſcribunt nobis convenientem earum rerum uſum diligentisſime obſervemus. Has vero ipſas ſequenti jam ordine promulgabimus.

III.

Prima itaque lex eſto,

Omne nimium, quia naturæ eſt inimicum, effuge. Eſt regula hæc venerandi & primi artis noſtræ parentis *Hippocratis*, quam *Sectione ſecunda Aphorismo* LI. propoſuit, eaque valde eſt univerſalis, & hinc amplisſimæ utilitatis. Per τὸ omne intelligit, quodcunque corpus noſtrum ullo modo mutare, afficere, vel alterare poteſt, ſive ex elementorum, alimentorum, medicamentorum claſſe, ſive ad animæ vel ipſius hominis actiones referendum fuerit. Per naturæ vero vocabulum, quod ingenti propter va-

rias

rias in diſciplinis ſignificationes obſcuritate laborat, quid magnus noſter Auctor intellectum velit, explicatione paulo planiore opus eſt. Loca vero in quibus non modo Hippocrates ſed & alii veterum ſapientiores, naturæ mentionem faciunt, facta prudenti inſpectione declarant, per hanc ipſam nihil aliud intelligi, quam exiſtentes in corpore noſtro motus, qui phyſica quadam neceſſitate ex ſtructura videlicet, diſpoſitione, atque coordinatione mutua partium fluidarum, humidarum, & ſolidarum (quæ nunquam vi motrice deſtituuntur) perficiuntur. Placuit mihi ſemper hac in re. *C. Aureliani*, qui exſtat *lib. I. acutorum morborum pag.* 39. locus. *Omnia, inquit, fiunt neceſſitate, & nihil ſine cauſa, neque natura nihil aliud eſt quam corpus & ejus motus.* Igitur hoc ſenſu accipi etiam debet vocabulum in noſtro aphoriſmo, cujus explicationem hanc eſſe oportet: Omne exceſſivum & immoderatum ſive qualitate ſive quantitate peccet, corpus noſtrum, inque eo vigentes motus, quorum princeps eſt ſangvinis humorumque progreſſio, lædit, quæ poſtea, cum omnis ſecretionis excretionis, conſervationis, nutritionis, atque operationum animæ fons atque fundamentum ſit, vehementer functiones corporis alterat atque affligit. Quare vero omne intemperatum & exceſſivum motibus œconomiæ noſtræ vitalis inimicum ſit, ratio hæc eſt, quod temperatus ac placidus fluidorum progreſſus norma ac regula vitæ & ſanitatis eſt, ut ſupra docuimus. Igitur omnis copiâ peccans materia libe-

ro

ro fluidorum progreſſui reſiſtit. Nimius quoque ſolidorum impulſus potius ad deſtructionem quam conſervationem corporis noſtri tendit. Porro ex altera parte, ſi humorum nimius eſſet defectus, ſi eorum motus plane deficerent atque elangveſcerent, infenſæ ſtagnationes, obſtructiones, nec non corruptiones perquam funeſtæ inde emergerent. Quemadmodum enim omne excesſivum corpori noſtro eſt infenſum: ita moderatum ac temperatum, quod quaſi inter extrema medium eſt, ipſi eſt amicisſimum.

IV.

Sicuti autem a priori, ut Philoſophi loqui amant, hujus regulæ veritatem demonſtravimus; Ita multo magis ab effectu, ſive a poſteriori per experientiam res evadet clarior. Obſervatione enim indubitata comperimus excesſivum in rebus non naturalibus vehementer nos lædere. Ita nimia a quocunque cibo facta repletio, & contra fames ſive alimoniæ bonæ defectus magnorum morborum progenitrices ſunt. Omnis cibus, excesſivis qualitatibus notatus, qualis eſt admodum ſalſus, acidus, durus, glutinoſus, vel nimis calidus, dulcis, acris fermenteſcibilis in copia ingeſtus, incommodum creat. *Omnia enim, ut noſter Hippocrates lib. de vet. med. §. 25. inquit; Quæ edit, aut bibit homo, minime intemperato & disſidente ac excedente ſucco participare debent, velut ſunt panis & maza & his ſimilia, quibus aſſvetus eſt homo pluribus & ſemper uti. Nam robur & augmentum & alimentum per nihil aliud con-*

tingit, quam quod probe temperatum eſt, & nihil habet intemperatum. Potus ſive ſit nimium potens, ſive acidus, aut valde dulcis minus congruit ſuccis corporis noſtri, neque in æquilibrio vitales motus conſervat, unde minus ſalubris habendus. Vehemens frigus, intenſus calor, diuturna humiditas ſummopere humorum temperiem & motus corporis lædunt. Et quemadmodum vehemens exercitatio, indefesſus labor, aſſidua vigilia vires frangit, easque disſipat; ita diuturna quies, vita ſedentaria, diuturnum otium & animum & corpus iners, torpidum, ſegneque reddunt. Nimia venus præſertim una nocte ſæpius repetita mire debilitat corpus, ut ſiquis acuto morbo correptus ſit ex eo vix eluctari posſit. Contra vero nimis parcus veneris uſus, torpidos, & timidos reddit homines, ac capiti, membrisque gravitatem affert. Quam pernicioſus naturæ noſtræ ſit ipſe vehemens animæ affectus neque minus ipſa valentior medicina, ſive purgans, ſive adſtringens aut motus cohibens, dici vix poteſt. Et ſicuti excretiones, quando in exceſſu aut defectu delinquunt, morbum futurum nunciant, ita æquabiles, conſtantes, moderatæ, proſperum valetudinis ſtatum promittunt. Auream quippe, regulam in diæteticis perpetuo obſervandam cenſemus. Moderata durant, atque vitam & ſanitatem durabilem præſtant.

V.

Secunda perquam ſalutaris lex eſto:

Ne ſubito muta aſſveta, quia conſvetudo eſt altera natura.

Trita

Trita & pervulgata eſt hæc regula a phyſices æque ac moralium Profeſſoribus approbata. Utpote experientia teſte conſvetudo non minus in naturalibus & medicis quam quoad mores vitia & virtutes in moralibus multum valet, inque habitum quaſi & ſic in naturam commutatur. Quapropter malam etiam conſvetudinem non eſſe abjiciendam, omnes ſaniores aſſeverarunt. Nam *Hipp. auctore lib. II. Aph. 50. ex multo tempore conſveta inconſvetis minus moleſtare ſolent. Idem Aph. 49. prodidit: asſveti inquit, debiles ferre poſſunt ea, quæ inasſvetis robuſtioribus moleſtiam creant.* Per conſvetudinem vero intelligimus hoc loco longiorem & repetitum rerum quæ corpus noſtrum afficiunt, atque mutant uſum. De hoc utut paulo deteriori dicitur, quod continuato uſu altera fiat natura, id eſt, quod demum conformis & amicus evadat corpori noſtro, neque amplius noceat, vel turbet ejus motus, ut potius cum natura ejusque motibus in conſymboliſmum atque affinitatem abeat. Hujus regulae veritatem non tam ratio quam certa & indubitata experientia comprobat atq; illuſtrat. Utpote hac magiſtra diſcimus, quod etiam immoderata neque adeo amica longioris temporis uſu, innocua tandem fiant. Ita exempli cauſa videmus, durum, quo Weſtphali gaudent, victum ex pane grosſiori furfuraceo, & induratis ac infumatis ſuillis carnibus conſtantem ipſorum membris vim ac robur addere; tenues vero, temperatos & facilis ſolutionis cibos, hos populos offendere. Notum eſt, quam maxime immoderatus uſus aroma-

tum piperis præſertim, item ſpiritus vini, aquarum vitae in Polonia & Moſcovia vigeat, neque facile asſvetos ibi lædat, cum tamen, ſi noſtri idem vellent imitari, in magnum periculum incurrerent. Inclementius atque impurum craſſum & nebulis ac vaporibus obſitum cœlum, non tam facile iis corporibus, quae diu eo uſa fuerunt nocet, quam ſi ſana corpora quae puro antea fruebantur aëre in talem locum fuerint delata, nam hæc potius ab inſalubri aëre admodum offenduntur. Valet, id maxime de tenerioribus & ſenſibilioribus ſubjectis, utpote quae ex peregrinationibus mutatione aëris vel victus plane contrarii facta facile laeduntur atque ægrotant. Siquis diu aſſveverit urbano, minusq; libero aëri, is â puro, ſalubri, aperto, qualis ruralis ſaluberrimus eſt, facile perturbabitur, adeo, ut laſſitudinem & gravitatem quandam in capite experiatur. Qui asſveti ſunt continuis laboribus & motionibus, ſi has intermittunt, facile aegrotare incipiunt. Cereviſias qui diu potarunt amaras & lupulatas, dulces poſtea aeque bene ferre nequeunt. Valet quoque haec conſvetudo, quoad animi pathemata. Dantur qui ita adſveverunt commotioni animi per iracundiam, ut in nutrimentum ſanitatis ira cedere videatur, cum contra inadſveti per gravem iram in præproperam mortem incidere poſſint. Qui longiori ſomno diutius uſi ſunt, ſi parum dormire coguntur multum debilitantur. Ita etiam meridianus ſomnus inadſvetis citra noxam & cum commodo melioris chylificationis peragitur, qui minus adſvetis noxius eſt.

Por-

Porro ſi quis corporis motionem inuſitatam paulo fortiorem ſuſceperit, non modo multum delaſſabitur, ſed etiam plures moleſtias altero die in membris perſentiet. Spectat huc *Aph. 49. Sect. II. Hipp. asſveti conſvetos labores ferre, etiam ſi fuerint debiles aut ſenes, non aſſvetis fortibus ac juvenibus facilius ferunt.* Pertinet huc quoque nimis frequens & immoderata medicamentorum aſſumtio; quæ multis hypochondriacis perquam familiaris eſt, nam hoc morbo correpti frequentius pharmacomania laborant, dum medicamenta quotidie ingerunt, eorumque copiam ac varietatem appetunt, quibus tamen ita natura asſveſcit, ut tandem fere omni effectu deſtituantur. Porro in vulgus nota ſunt exempla, quod ea, quæ veneni naturam habent, diuturno uſu non amplius noceant, ſicuti familiariſſimum exemplum habemus in tobaci fumum potantibus, qui ſulphure narcotico naturae inimico valde caput lædit, & acerba ſymptomata inducit, ſucceſſivo autem & longiori uſu non modo omnem nocendi facultatem amittit, ſed naturae etiam tandem blandus atque amicus redditur. Simili etiam ratione opio aſſveſcere poſſumus; Quam in rem obſeruationem meretur *Fallopius.* Perſiani inquit comedunt opium a pueritia incipientes in minore quantitate, & ſenſim ac ſenſim quantitatem augentes, donec aſſveverint magnæ opii quantitati, idque faciunt, ut fiant ad coitum promtiores. Puellam napello nutritam legimus, quæ cum modice atque ſenſim venenum id devoraſſet eo inpoſterum absque ulla noxa uſa eſt. Valet hæc re-

gula in omnibus ſimpliciter conſvetis, videlicet alimentis, refrigeratione, calefactione, balneis, tegumentis, motionibus, animi affectibus, venere, ſomno, imo venenis, ut conſveta inconſvetis minus ſint noxia. Quoniam ut videtur, ex crebra applicatione ad corporis noſtri fibras, fluidasque partes ad ſimiles motus, atque materiæ habitum diſpoſitionem quandam promtam atque facilem tandem adipiſcantur. Maximi itaque momenti eſt conſvetudo, neque minus periculi eſt a conſvetis deſciſcere, eaque in contrarium mutare, præſertim ſi repente id fiat. Unde eſt illud *Celſi lib. 1. cap. 3. Periclitatur, & qui ſemel & qui bis die cibum contra conſvetudinem aſſumit. Item neque e ſubito labore ſubitum otium, neque ex nimio otio ſubitus labor ſine gravi noxa eſt.* Ergo ſiquis mutare aliquid volet, paulatim debet aſſveſcere. Nam omnis ſubita mutatio eſt periculoſa. Quod vero paulatim ac ſucceſſive fit, id tutum eſt. Notari autem hoc loco velim, inconſveta æque ac conſveta nimio exceſſu ſicuti in lege prima deduximus, delinquere & vehementer lædere corporis noſtri actiones poſſe.

VI.

Accedimus ad legem tertiam, quæ ſic ſe habet:

Animo hilari ac tranquillo eſto.

Quia hoc optimum longæ vitæ & ſanitatis præſidium. Nihil potentius & celerius œconomiæ noſtræ vitales motus turbare, atque pervertere, & funeſtos effectus producere poteſt, quam illud ipſum, quod in nobis perceptionum, impreſſionum, deſiderio-

deriorum cauſa ac fons eſt, cujuscunque etiam nominis fuerit. Animadvertimus videlicet accuratiori facta meditatione omnium univerſi corporis partium mutuam & mirificam inter ſe eſſe connexionem atque harmoniam, ut ſicuti in machinis fit, una parte læſa vel mutata, aliæ mox inſocietatem trahantur. Operationes ſic dictæ immateriales, ut ſunt impresſiones, inclinationes, cupiditates, deſideria, cum ſangvinis & humorum circulo, & ſolidorum impulſu ac tono mirabile habent commercium, mutuamque harmoniam. Quid enim illuſtrius, quam pro varia diſpoſitione motus ſangvinis varie diſponi immateriales ſic dictas animales actiones, unde temperamentum ſeqvuntur & mores, & inclinationes atque affectus animi. Quid luculentius eſt, quam quod ad varia deſideria & firmiores impreſſiones adeo corporis motus turbentur, ut mors vel etiam funeſtus morbus a ſola perverſa & minus rationali impresſione ortum ſuum ſubinde traxerit. Sique libere fatendum, quod res eſt, plures hominum ægrotant & pereunt magis animi quam corporis morbis. Id quod ſolertiores practicorum convenienti facto examine circa originem morborum indies experiuntur, ubi quam maxime animi gravem morbum graviſſimorum & longorum pathematum occaſionem fuiſſe obſervatur. Inter morbos vero animi referimus terrorem, metum, diuturnum mœrorem, animi angorem, odium, invidiam, iram, profundam & inquietam meditationem, ingens & flagrans circa aliquam rem deſideri-

deri-

derium, firmiorem de malo impreſſionem, exceſſivum gaudium, hiſce ſi animus laborat, corpus ſanum eſſe nequit, unde jam recte intelligitur ſcitum *Juvenalis* dictum: *Optandum ut ſit mens ſana in corpore ſano.* Mirabile certe eſt, quomodo ad ſolam firmiorem animi in ira commotionem protinus pulſus fiat citatior, reſpiratio auctior & ſangvis cum impetu per caput & reliqua viſcera feratur, ut graves exinde morbi, inflammationes, ſangvinis nimia profluvia, apoplexiæ, epilepſiæ, febres quoque acutæ inde propullulent. Mirabile quoque eſt a gravi & ſubito terrore protinus a corporis ambitu ad interiora recurrere ſangvinem, ubi in pectore non raro ſyncopen, anxietatem, cordis palpitationem, & ſpiritus anguſtiam, in cerebro vero epilepſiam & convulſiones excitat. Sæpius vidimus a terrore ſimul & ſemel menſtrui fluxum ſubſtitiſſe. Corpora a diuturna triſtitia mirum debilitari & vires ventriculi & inteſtinorum tonicas inde labefactari, ut appetitus & digeſtio omnis concidat, & alvi liberalior fluxus fiat, neque minus ad veteres & longos morbos viſcera diſponi, quotidiana prohdolor loquitur experientia. Legi de hac re fuſius meretur *D.D. Præſidis Diſſertatio de animo ſanitatis & morborum fabro.*

VII.

Quum vero oppoſitorum oppoſita ſit ratio, itaque nil dubii eſt, quin ſicuti immoderatus animi motus regulares in corpore motiones turbat: ita pacata, tranquilla, hilaris & ab omnibus vehementibus

tibus deſideriis vacua mens ſtatum corporis reddat pacatum atque tranquillum. Mentis enim ſanitas corporis parit ſanitatem. Illam vero acquirere, ardui omnino laboris eſt. Complures fruſtra remedia, quæ mentis morbis medentur, quæſiverunt. Verumtamen hæc ipſa, quæ menti tranquillitatem reſtituunt, partim ex illis, quæ corpus noſtrum, partim quæ animum proxime afficiunt, petenda eſſe arbitror. Illius generis ſunt, ſvavior converſatio cum hominibus jocoſis, luſus, vinum, muſica, equitatio, venatio, uſus aëris ruſticani, peregrinatio. Præter hæc etiam ſanitatem menti reddunt verum rerum, quæ fiunt & eveniunt, ſecundum rectæ rationis trutinam examen, item ſaluberrima Chriſti, & Apoſtolorum nec non ſaniorum philoſophorum præcepta moralia, ſtudium veritatis ac virtutum, & jucundarum ac ſalutarium rerum inventio, denique familiaritas cum prudentibus, & maxime omnium ſeria auxilii divini efflagitatio. Hac enim methodo & via ſapientia, humilitas, patientia αὐτάρκεια, quæ magna morborum animi præſidia ſunt, comparantur. Nullum itaq; dubium eſt, quin veritatis atq; virtutis ſtudium ad longævitatem perducat. quare non ſine ratione *liber Macrobiorum pag. 857. longævis annumerat philoſophos, & omnes, qui eruditione & ingenio præſtantes fuerunt. Ita etiam Plutarchus narrat, plures corpore alioquin parum firmo philoſophiæ præceptis vitam longam aſſecutos.* Neque dubium, quin vera pietas atque obedientia ſacro id confirmante

 codi-

codice longævitatem promittat,eo quod & ſævis in undis tanquillam mentem præſtat. Regum ſapientiſſimus *Prov. c.14. v.15.* item *c.17. v.26. hilarem animum vitam quotidianam jucundam appellat.* Notabile eſt, quod *Sanctorius* medicus ſtaticus incomparabilis,ſemper poſt hilaritatem majorem perſpirationem & decrementum corporis ratione ponderis obſervaverit. Idem præſtantiſſimus Auctor *Sect. 11. aph. 49.* ſcribit, nihil magis reddit liberam perſpirationem, quam animi conſolatio. Ante omnia vero mens hilaris utilis eſt, ſi quis cubitum eat, ſique cibum ſumat, ubi perpetuo perturbatus a ſævis affectibus animus corpori eſt nocentiſſimus.

VIII.

Legem jam quartam ſtatuere placet. Quæ eſt: *Aerem purum & temperatum vehementer ama, quia ad corporis & animi vigorem multum confert.* Nihil profecto, ſi ab animi motu diſceſſerimus, ad ſanitatem & vitam ac valetudinem proſperam tuendam plus confert, quam ſuperius illud pabulum ac elementum commune, quo omnia animantia continuo opus habent. Quo ipſo intelligo aëris & ætheris catholicum illud fluidum, quod veteres ſpiritum appellarunt, cujus ſecundum *Hippocratem lib. de flat.* §.6. *Tanta eſt neceſſitas, ut ſi omnibus aliis abſtineat homo, neque cibum ſumat, neque potum, poſſit tamen dies tres vel plures vivere: ſi vero ſpiritus viæ in corpus intercipiantur brevi tempore illi eſſe pereundum.* Hic certe aër, eodem auctore *Hipp. lib. cit.* motum

& ſen-

& ſenſum corpori adminiſtrat, & mortalibus vitæ & ægrotis morborum ſolus eſt auctor. Nolumus jam prolixiores eſſe, in uſu, atque virtute aëris ad vitæ & ſanitatis tutelam enucleando, certum tamen illud eſt, aërem eſſe præcipuum & princeps corporis noſtri, quoad ſolidas & fluidas partes, movens, quod partim vivido ſuo elatere, partim etiam gravitate ac penetrantia, machinularum motricium elaterem & tonum, neque minus fluidorum inteſtinam agitationem conſervat, ſyſtolenque ac diaſtolen vaſorum reciprocam, qua vitales potiſſimum motus ſuſtinentur, in convenienti ſervat æquilibrio. Hoc nomine vero aër temperatus & purus commendandus eſt, per temperatum vero intelligimus eum, qui nec exceſſive frigidus, nec juſto calidior aut humidior eſt, qui non nimis rarefactus aut levis, neque nimis compreſſus vel gravis eſt, qui non vehementur movetur, ut in ventis: neque nimis quieſcit aut immobilis eſt, ut fit in concluſis & demiſſioribus locis. Purus porro aër eſt, qui ſerenus, expanſus, e quo vapores copioſi humidi, vel etiam ſalſæ, acres, ſulphureæq; partes præcipitatæ fuerunt. Talis certe genuinum ſpirituum corporis noſtri, ſive potius virium motricium pabulum ac fomentum eſt. Selige igitur ad ſalubritatem optatiſſimum aërem ruralem, liberum, in editioribus locis, quæ orientalis ſaluberrimus ventus perflare poſſit; Selige aerem poſt pluvias & poſt ſolis ortum, qui purus & defæcatiſſimus eſt: fruere aëre potiſſimum verno, majali: Et cum autumno menſis Septem-

 ber,

ber, æſtate Auguſtus,hyeme Februarius, vere Majus reliquos facile ſalubritate ſuperent,hinc præſtat maxime iis menſibus peregrinationes inſtituere vel in libero aere verſari. Maxime omnium vero purum & ſerenum aerem commendamus in iis locis, ubi ſomnum capimus. Nihil enim inſalubrius eſt, quam cubiculum expoſitum aëri vapido, effoeto, humido, gravi, immobiliori, qualis eſt in locis humilioribus, ſubterraneis & terræ vicinis, circa aquarum ſtagna & paludes; Talismodi quippe aër vim, robur, tonum, & elaterem corporis noſtri valde minuit,& ad catarrhales defluxiones,corruptum habitum corporis, langvorem, febres catarrhales, putridos morbos,ad hydropem quoque & ſcorbutum viam ſternit paratiſſimam. Devita quoque, qua poteſt fieri ſolertia, immodicum calorem, qualis eſt circa ſolſtitium æſtivum, ſub climate calidiori,& ſole meridiano, vento flante ab auſtro, hic enim non modo vires ſolidis, ſed & ſangvini blandum ac tenuem humorem, quo gaudet,maxime corpus,ſuffuratur. Fuge quoque aërem perfrigidum, qualis regnat hyeme ſub flatibus borealibus, & qualis ordinario eſt noctis tempore, utpote, qui liberam perſpirationem inutilium impedit, humores tenues incraſſat, & anguſtas vias conſtringit. Defendendi a frigore præcipue ſunt pedes & ventriculi regio. Fuge quoque præhumidum aërem, qualis eſt tempore autumnali, nubilo & pluvioſo cœlo, vento regnante Zephyro & auſtrali. Hic valde fibrarum tonum relaxat, tranſſpirationem retardat, & hinc

ad

ad ægritudines, quæ ex impuritatibus & humorum ſtagnatione naſcuntur admodum diſponit. Quammaxime vero evitabis ſubitas aëris mutationes, quæ fiunt, quando concedimus e loco nimis calido in locum valde frigidum, & contra; Vel ubi corpora exponimus mutationibus tempeſtatum ſubitis, quæ a contrariis ſe inſequentibus ventis plerumque proveniunt; Tam ſubita enim aëris mutatio hujus eſt indolis, ut mire fibrarum elaterem deſtruat, unde inæquabilis ſangvinis & humorum progreſſio minusque expedita eorum quæ excerni debent ejectio ſubſequitur. Hyeme nos Germani ſummopere peccamus, dum vel in æſtuariis noſtris corpora valde torrentur, vel ſub dio aere frigido & gelu torquentur; cumtamen ab utroque enixe cavendum ſit. Certiſſime ſanitas ad extremam ſenectutem inconcuſſa duraret, ſi ceteris paribus aëre per quatuor anni tempora, puro, moderato & temperato ſemper frui liceret.

IX.

Progreſſum jam facimus ad legem quintam, quæ ita ſe habet: *Quam maxime ſelige alimenta corpori noſtro congrua, & quæ facilius ſolvuntur & corpus tranſeunt.* Vita noſtra ſive integritas machinæ noſtræ corruptibilis continuis ingeſtionibus & egeſtionibus reciprocis maxime omnium continetur & conſervatur. Opus enim homo habet ut vivat & ſanus ſit, multa quotidie in corpus ingerat, multa quoque

egerat. Parum enim eſt, quod intra canales corporis noſtri remanet, præſertim in corporibus jam factis adultioribus, id quod exacta ponderatione cognoſcitur. Ex quo facile apparet, cum ingeſta foras excerni rurſus debeant, ea alimenta ſaluberrima eſſe, quæ partium ſunt tenuiorum, adeoque & facilius ſolvuntur, & emunctoria corporis celeriter tranſeunt. Ex ſiccioribus itaque alimentis ſunt maxime huic ſcopo idonea carnes leviores juniorum animantium, ſpongioſæ, ut bovinæ Friſicæ & Anglicæ, quæ Polonicas & Ruſſicas levitate & tenuitate longe ſuperant. Omne ferum quoque animal levius eſt domeſtico, levior piſcis qui inter ſaxa & arenam, quam qui in limo & inſtagnis vel lacubus tegit. Frumentum, quod creſcit in collibus, ſalubrius eſt, quam campeſtre. Volucres, qui in aëre vivunt ſalubriores ſunt paluſtribus, ut ſunt anſeres, anates: panis bene fermentatus levior & mitior eſt pane craſſo, denſo, non fermentato & ponderoſo, qui diu morari ſolet in ventriculo. Optimæ ſunt carnes hædinæ caſtratæ, vitulorum lactantium, pullorum perdicum, phaſanorum, aviculārum parvarum montanarum. Optima ſunt juſcula carnium, quæ valde temperata & gelatinoſa, fructus horni & olera bene cocta, utpote quæ ſuccum fovent leviorem & facile tranſeuntem, qui minus oneri eſt naturæ. Quam maxime vero effuge carnes duras compactas, annoſiores, induratas, infumatas; piſces marinos, aſellos & qui ſunt durioris carnis conchas, cochleas, caſeum, lacticinia

ova

ova dura, leguminoſa, nimis pingvia, paſtilia, & quæ in ſartagine friguntur. Abſtine quoque a placentis, quæ ex farina, butyro, ovis ſaccharo non ſatis ſubactis fiunt: cavendum quoque a nimis dulcibus, fabis, lentibus, milio, & quæcunque craſſos & difficilis ſolutionis ſuccos vel compactam texturam obtinent, difficilius quoque per corporis minimos tubulos feruntur, adeoque excretionibus reſiſtunt. In genere vero notandum, panem ſecalinum ſimilagineo longe eſſe præferendum, ſiquidem ille fovet partes magis naturæ & præſertim ventriculo amicas, ſulphureas, acidulas, ſimilagineus vero propter lentorem magis obſtruit, & ob id ad chronicas paſſiones viam aperit; Placet hic inſerere pulchrum locum, qui exſtat apud *Simon. Pauli in Quadrip. Botanico pag. 283. In quotidiana victus ratione, qui ſimilagineo pane veſcuntur, nec corpus laboribus validoque opere aliquo exercent, parum ſibi conſulunt. Nam cum palato morem gerunt in varios morbos incurrunt. Confeſtim enim illis jecur & lien obſtruitur, nephriticis, artriticisque doloribus corripiuntur, atque hæc eſt ratio, cur magnates & ditiores calculi & podagræ doloribus aſſidue vivant obnoxii.* Nocet vero admodum panis qui a fornace adhuc calet, qua de re elegantem quoque habet obſervationem idem laudatus Auctor; *Fœmina inquit imminentibus menſibus devoravit unum vel alterum ſimilagineum panem calidum, ex furno extractum: vix horæ ſpatio intermiſſo lypothimia corripiebatur, poſt diſpnoea & tandem intra octiduum ortopnœa i-*

pſam

pſam jugulavit. Caro ſuilla ſaluberrima eſt iis, qui valde laborant & exercent corpus, infirmioribus vero & minus exercitatis nocet, propter glutinoſum, quo abundat, ſuccum, qui facile apponitur, & in forte nutrimentum cedit, hinc nihil omnino emunctoriorum tubulos tam promte obſtruit, quam frequens carnis ſuillæ uſus. His vero obſtructis magnæ impuritates lymphæ & defœdationes atq; exulcerationes cutis ſuccedunt. Ab eſu hujus carnis ſemper tranſpirationem ſegniorem & gravitatem corporis *Sanctorius l. c.* perquam curioſe obſervavit. Summopere vero alimenta valde acida lædunt, eo quod coagulum fluidis facile inferunt, & ob id difficulter per corporis officinas ejusque colatoria tranſeunt. Idem tenendum de nimis dulcibus ſaccharatis, mellitis, nimia copia ingeſtis, quæ ob inſignem quo conſtant lentorem obſtructionibus viſcerum gignendis aptiſſima ſunt.

X.

Proximum jam eſt, ut potulentorum etiam habeamus rationem, & quænam ſalubriora præ ceteris ſint, perſpiciamus. Valet quoque hic, regula, quam ſupra tradidimus, videlicet ea, quæ facilius digeſtionum officinas, corporis meatus & emunctoria tranſeunt, pro ſaluberrimis æſtimanda eſſe. Eo nomine jam laudem merentur vina temperata, ſubtilia, tartareo vel nitroſo ſale fœta, ut ſunt Moſellana, quæ citius per alvum feruntur, & ad veſicam deſcendunt; Laudem quoque merentur Rhenana melioris notæ, & annoſiora, quæ præter

virtutem eximiam roborantem & tranſſpirationem & urinam movent. Multum quoque elogii promerentur nobiliora Hungarica, quæ acidi parum habent, & ſpiritum cerebro & nervis amicum in ſinu fovent, atque perſpirationem egregie promovent; unde hæc vina maxime ſunt diaphoretica. Characteriſtica hæc enim vini boni nota eſt, ſi neq; ventriculum, neque caput neque pedes offendit, ſed facilius tranſit per emunctoria. Ex cereviſiarum genere probatiſſimæ ſunt, quæ cito etiam per urinarias vias feruntur, neque gravant caput, neque langvorem relinqvunt in membris, neque flatulentias in hypochondriis pariunt; Tales ſunt præſertim tenues, ſubtili acore notatæ, minus lupulo conditæ, & quæ ex ſubtili & pura aqua decoqvuntur. Nobis inter maxime celebres probantur cereviſiæ Hammenſis, Mindenſis, Falkenhagenſis, Moſcovienſis Luſatiæ, &, quæ inſtar omnium eſt, noſtra Lebeginenſis, inter diureticas facile princeps. Procul abſint omnia vina craſſa recentia, non ſatis digeſta, acida, ſulphure vaporoſo & fuliginoſo plena, potentia, vel fortiter adſtringentia, quorum certe parcior, niſi ſanitatis periculum ſubire velimus, debet eſſe uſus: Quæ ſingula etiam circa cereviſias nimis craſſas viſcidas, ſulphuris vaporoſi feraces tenenda ſunt. Omnium vero ſaluberrimus potus merito aqua dulcis æſtimari debet, modo bona, ſubtilis, levis & pura fuerit. Hæc ad digeſtionem & alimentorum ſolutionem aptiſſima, hæc minimos corporis meatus quam expeditiſſime ſubit, unde ad in-

D teri-

teriores partium poros nutricium ſuccum advehit: hæc quoque evehendis e corpore excrementitiis partibus quam maxime idonea eſt. Obſervatione conſtat accuratiori, aquæ potum omnes ſenſus acutiores reddere, unde guſtus & odoratus, in iis, qui aquam ordinarie bibunt, excellens eſt. Deinde aquæ potus dentes firmiores & candidiores, ſanasque gingivas conſervat. Tum qui aquam bibunt eximio etiam gaudent appetitu & membrorum vigore; pingviores etiam ſunt, & diutius ſecundum *Fallopium lib. de ſanitate tuenda* vivunt. Notavimus in praxi, commutato cereviſiæ cum aqua potu inſigne robur ventriculo redditum fuiſſe, & conſvetas catarrhales defluxiones, lippitudines & arthriticas paſſiones ceſſaſſe. Satis recte ſentit de hac re *Celſus*, quem ego vehementer auctorem probo *lib. 1. cap. 5. pag. 38. Neque his ſolis, quos capitis imbecillitas torquet, uſus aquæ frigidæ prodeſt, ſed iis etiam, quos aſſiduæ lippitudines, gravedines, deſtillationes, tonſillæque male habent.* Quorum vero ventriculus aquam crudam minus ferre poteſt, illis cum pane toſto decoquenda, aut deſtillanda eſt, vel portio vini admiſcenda. Nocet vero maxime omnium frequens aquarum vitæ vel vini aduſti uſus, quod partes ſolidas inflammando, obſtruendo, fluidas vero coagulando ad chronicas & acutas paſſiones viam ſternit paratiſſimam. Sunt ſpiritus vini potatores plerumque vitæ brevioris, & inflammationibus vel etiam hectico & hydropico morbo facile pereunt. Perquam curioſa eſt in œconomi-

cis

cis obſervatio, quod ex porcorum inteſtinis, qui reliquiis ex fermentatione vini aduſti ſaginantur, propter teneram & facile dilacerabilem texturam non poſſint farcimina confici. Ultimo loco tenendum eſt, quod, quæ expoſuimus, alimenta ſalubriora langvidis, infirmis, ægrotantibus maxime commendanda ſint, cum alias non negandum ſit, robuſtiora & exercitata corpora etiam craſſiora inſalubritatis titulo notata, ſæpe ſine læſione ferre poſſe.

XI.

Sequitur jam ordine lex ſexta. *Menſuram ſemper quære inter alimenta & motum ac robur corporis.* Vivimus tamdiu, quamdiu ſanguis & fluida per canales corporis feruntur, valemus quando motus ille liber atque æquabilis ſecundum ordinem & regulas actiones animæ & corporis diſpenſat. Eget vero vitalis hic motus perpetuo nutrimento, quod tam ab alimentis ſolidis & fluidis, quam ipſo aëre ſubminiſtratur, deſiderat vero, ut ea quæ immiſſa fuerunt, maxima exparte rurſus ejiciantur. Unde fluit, perpetuam debere eſſe & obſervari, ſi ſanum velis perſiſtere corpus, inter ingeſta & egeſta, proportionem, qua læſa, ſi nempe plus ingeritur, quam ejicitur, præſto materia ad morbos eſt. Utpote ex excretionibus, earumque conditione modo ac quantitate recta ſanitatis nota ac ratio ducitur. Si enim multum remaneat excrementii humoris, langvor & gravitas occupat membra, elangveſcit vis vitalis, appetitus & ventriculi robur emoritur, ſomnus fit gravis & paratur ſic via ad morbos. Jam vero quæ-

ſtio emergit, quænam præcipue ad neceſſarias illas egeſtiones proficiant, easque adjuvent; Non vero excellentius ex naturalibus rebus datur auxilium ipſo motu, labore, & exercitatione corporis. Utpote motus ejus eſt naturæ, ut ſtringendo ſolidorum fibras promtiſſimum fluidorum curſum per omnis generis tubulos efficiat, quo fit, ut motus inteſtinus calidus humorum creſcat, viſcidum diſſolvatur, humidum diffletur, & perſpiratio, quæ omnes ſuccos corporis purgat & depurat, liberior fiat. Animadvertimus hinc, vehementiori motu corporis ſangvinem abundantem non ſecus ac pinguedinem conſumi. Pinguefacta animantia & volucres motu & curſu macreſcunt: Alaudæ, quod mirabile eſt, nocturnæ pinguiores ſemper ſunt ipſis diurnis, propter quietem & aëris frigiditatem. Quibus perſpectis ſequitur, ut, qui multum alimentorum ingerit, ille multum etiam debeat exercere corpus, & qui parum ſe movet, otioque deditus eſt, is parum quoque debeat comedere. Sanitatis itaque præcipua pars eſt, proportionem inter alimenta & inter motum ac laborem corporis invenire. Sapienter itaque *Hippocrates cujus auctoritas ſemper nobis maxima eſt lib. I. de diæta ſcribit: Si inventa fuerit ciborum menſura & laborum ad unamquamque naturam, ita ut exceſſus neque ſupra neque infra modum fiat, inventa erit exacta hominibus ſanitas.* Nam (addit §. *1.*) *Homo edens ſanus eſſe non poteſt, niſi etiam laboret. Contrarias enim inter ſe vires habent, cibi & labores, verum inter ſe mixti conferunt ad ſanitatem.*

Labo-

Labores enim ea, quæ inſunt, conſumere ſolent; Cibus autem & potus, ea quæ evacuata ſunt, explere ſolent. Oportet autem menſuram ac proportionem cognoſcere laborum ad multitudinem ciborum, & hominis naturam, & corporum ſtaturas, ac ætates, & ad tempora anni, & ad mutationes ventorum &c. Cum vero ordinario ingeſtioni copioſiori non reſpondeant corporis labores & exercitationes, hinc fit, ut multæ cruditates in ventriculo & inteſtinis generentur, ſanguis in venis nimium increſcat, & halituoſum ac ſubtile cutis excrementum remaneat. Inde fœcundo prouentu morborum ſemina prodeunt. Quo caſu nihil conſultius eſt, quam ut motum augeamus vel ſubtrahamus quodammodo alimenta, ſive per diem abſtinendo, ſive parum in cœna aſſumendo. Recte enim *Hippocrates: Non repleri cibis & impigrum eſſe ad laborem, ſanum efficit corpus.* Comparata vero ſunt ad motum, ambulatio, vectio, geſtatio, equitatio, nauigatio, ludus, corporisque labor. Inſtituatur autem motus in puro, temperato, libero, & rurali aere, in aurora, poſt ſolis ortum, ante cibum, nunquam ſtatim poſt eum. Talis certe motio cum univerſo corpori, tum animo quoque dabit vigorem. In quieſcentibus vice motus fungatur clara lectio, ſeu vociferatio, quam *Celſus* & veterum ſapientiores mirifice ad ſanitatem commendant, utpote qua ſanguinis curſus & tranſſpiratio cum totius corporis incaleſcentia egregie promovetur. De hujus utilitate legi meretur *Aetius libro tertio pag. 95.* Vicem quoque motus obeant fricti-

ones in veterum monumentis commendatiſſimæ. Inſtituantur vero in dorſo, pedibus, hypochondriis, & fiant in lecto, calido mollique linteo, mane poſt ſomnum, hæ enim egregie humidum iners diſcutiunt, poros aperiunt, tranſſpirationem juvant, bonumque ſuccum, quod in equis videmus, ad carnes nutriendas adducunt. Ulterius circa motum tenendum eſt, ut ille fiat ſucceſſive, neque in minus adſvetis ſtatim fortiter. Infirmiores quoque & modicas exercitationes ſubeant, & ab immodicis ſibi caveant. Prodeſt motus maxime iis corporibus, quæ ſpongioſi habitus ſunt, exilioraq; vaſa habent, inque iis multum ſanguinis collectum fovent. Poſt nimium vero exercitium, nunquam ſtatim cibum ſumere oportet, ſed poſt ſemihoram ſedata prius corporis turbatione edere præſtat. Ex quibus omnibus apparet, quam præſtans & ſimplex medicina corporis ſit ipſe motus veluti ſaluberrimum magnorum morborum præſidium, unde ſcite ſcribit *Sanctorius l. c. Si homines tempore debito exercitio ac labore uterentur, carere poſſent multis medicis & medicamentis. Et Galenus Coment. 40. §. 111. Exercitatio ſupplet vicem purgationis humorum, qui ſunt in profundo corporis. Et §. 111. Comment. 50. Exercitia collecta ſingulis diebus ſuperfluitates expurgant. Unde exercitio corpora leviora fiunt, ut habet Sanct. in medicina Statica.*

XII.

Ultima jam lex eſto. *Fuge medicos & medicamenta, ſi vis eſſe ſaluus.* Olim *Montanus*, nobiliſſimus

ſimus Italorum medicus, cum inveterato morbo affectis, tum infirmis æq; ac valentibus hanc regulam in conſultationibus ſuis mirifice commendabat. Ad hujus imitationem ſolertiſſimi Helvetorum practici *Wepferus* & *Brunnerus* conſiliis ſuis perpetuo fere iſtud adjiciunt: *Fuge medicos & medicinam*: Valet hoc dictum maxime de medicis imperitioribus, temerariis, qui non victu curare volunt, ſed valentioribus adverſus morbos omnis generis pugnant, eosque multis remediis præcavere tentant. Neque vero medici docti, periti & prudentes hunc cenſum ſubeunt, quorum converſatio & familiaritas nunquam non omnibus utilis & fructuoſa eſt. Simili modo per medicinam intelligi debent medicamenta ſive pharmaca, quæ ſecundum *Hippocratem lib. de locis in homine c. 55. præſentem ſtatum corporis transmovent*, vel naturæ motus & ſuccos valde alterant: Hujus generis maxime ſunt validiora evacuantia, aliaque commoventia. Quorum uſus rarus & cautiſſimus eſſe debet: Secus ac plures, qui perverſa perſuaſione laborant, medicamentorum uſum morbos & mortem unice præcavere, ideoq; ea frequentius eſſe uſurpanda exiſtimant. Res vero longe aliter ſeſe habet. Admoneo enim, obteſtor, & repeto, corporis naturam integram valentem & robuſtam rectius victu & exquiſito vitæ regimine, quam medicamentis ſervari & a morbis defendi. Unde etiam ſapientiſſimi veterum præſervationis cauſa rarius utebantur pharmacis,

præ-

præſertim validioribus, ſed victum convenientem potius commendabant. *Aſclepiades teſte Celſo in præfatione Lib. V. p. 241. uſum medicamentorum ex magna parte ſuſtulit, quia omnia fere ſtomachum lædunt & mali ſucci ſunt. Potius vero ad victus rationem omnem curam transtulit. Cui conſentit Celſus qui ſcribit optima medicina eſt non uti medicina :* ſeu uti *Wepferus* dicere ſolitus eſt, nullum medicamentum eſt optimum. Et *Hippocrates S. II. act. 37. qui ſecura fruuntur ſanitate, hos purgare grave eſt*, Item *S. II. aph. 37.* Qui ſunt ſano corpore, dum pharmacis purgantur, celeriter exſolvuntur. Et optime *Galenus in Comment.* §. *15. lib. III. frequenter medicamentis uti non convenit, dum quia corpus in pravam conſvetudinem adducitur, dum quia nocet plurimum. Si victus rationem mutaveris, plurimum proderit illi, qui tam ſæpe evacuare velit, & evacuatio eorum, quæ quotidie generantur, minor eſt, quam ut requiratur medicamentum purgans.* Abſtinendum itaque eſt, a crebro purgantium præſertim validiorum uſu, quæ nulli ſubjecto, nulli morbo, nullique ætati congrua ſunt, infirmum corpus magis infirmant, ſanum vero & robuſtum labefactant, inque primis ventriculi & inteſtinorum tonum ac robur exſolvunt. Huic ſententiæ omnes circumſpectiores medici ſuffragium adjicere debent. Placet inter plurimos citare *Plempium, lib.* de valetudine tuenda, *pag. 325.* qui ita ſcribit, vomitum & alvi ſubductiones, quæ pharmacis fiunt,

unt, ut mala ſolatia repletionis, niſi gravis exigat neceſſitas, non oportet experiri, quod tamen vulgus hominum facit, qui ipſum corpus explet, ut poſſit evacuare, & rurſus evacuat, ut poſſit explere. Optime *Joh. Crato in Conſilio 25. Qui rectam victus rationem tenere nequeunt, iis optimam medicinam præſcribere ſupervacaneum eſt, nam omnia prius ad valetudinem rectam conſequendam tentanda ſunt, quam corpus medicamentis laborioſe commovendum.* Equidem veteres ad ſanitatem integram ſervandam & morbos a corpore arcendos vernales & autumnales curas, quæ in venæſectione, & evacuantibus per tempus continuatis conſiſtebant, plurimum laudare ſolent. Neque talismodi curæ de nihilo ſunt, attamen & illis penitus ſuperſedere poſſemus, modo abſtinentia, corporisque motu ac labore uti vellemus, quæ ſuperfluos corporis ſuccos longe tutius conſumunt, atque in vigore ſanitatis conſervant, quam prædictæ ſanguinis & humorum evacuationes. Noſtra ſententia circa hanc rem hæc eſt, plures hominum ob cruditates neque minus ſuperfluos in venis ſuccos, (quæ vitia ex intermiſſione motus & ciborum intemperantia quam maxime homines ſibi contrahunt,) multa in mala incidere, ſecundamq; valetudinem amittere: Quorum præſidium optimum eſſet abſtinentia & motus. Quod ſi vero ſaluberrimis diæteticis præceptis ſeſe ſubmittere nolunt, tunc denique, ubi deſinit victus, ibi incipit medicina, & tunc venæſe-

ctiones, & lenes per epicriſin factæ evacuatio-nes, valde proficient. Neque ad harum uſum ſiderum aſpectus conſulere, aut certos dies eligere oportet, ſed quando neceſſitas urget, & æquabilis aeris & cœli ſtatus apparet, opportunisſimæ ſunt. Neque adeo omnia medicamenta præſervationis cauſa adhibita rejicere animus eſt, ſed repudiamus ſaltim validiora, nimiumq; motus alterantia, laudamus vero maximopere ea, quæ naturæ ſunt amica, quæ corporis vires roborant, & liberam tranſſpirationem, utiliſſimasque evacuationes adjuvant, quo nomine ſalis valatilis oleoſi, vel Balſami noſtri vitæ, aut Eſſentiæ Stomachicæ, in ditioribus ambratæ uſum ſvademus. Item laudamus frequentem infuſorum meliſſæ veronicæ, corticis ſaſſafras aut aliorum ſimplicium ex aqua pura & ſimplici uſum. Hæc enim remedia ejus ſunt naturæ & indolis, ut neglectum corporis motum compenſent. Uſui quoque eſſe poſſunt cancrorum lapides, ſi intemperantia acidorum ſuccorum intra primas vias obſervetur. Ex uſu quoque poſſunt eſſe pilulæ balſamicæ ex extractis amaricantibus & balſamicis temperatis gummatibus, quas valde refracta doſis aloe ingreditur, laudatiſſimæ, quæ præeunte Becchero Hermanno ac Cl. Stahlio, præparantur, & paſſim cum fructu uſurpantur, quibus, præſente in primis viis cruditate, vel coacervata ibi viſcidorum humorum ſaburra, cum fructu vel ſingulis menſibus, vel ſi

neces-

neceſſitas urget, crebrius utendum eſt. Pauca certe ſunt, eaque ſelecta & tuta, ex remediorum generibus, quibus ad tutelam vitæ & ſanitatis uti neceſſarium eſt.

CLARISSIMO DOMINO CANDIDATO

S. P. D.

PRÆSES.

VEtus invaluit parœmia, qua *medice vivere, peſſime eſſe vivere* dicitur. At nos alia omnia ſtatuentes, *medice vivere eſſe optime vivere*, ſerio contendimus. Quid enim quæſo ſuauius, quid jucundius ſalubriusque poteſt esſe, quam hilarem tranquillumque ſeruare animum, aere frui puro, ſereno ac temperato, in eo moueri ac peregrinari, vino porro præſtantisſimo, aqua purisſima, potuque ſaluberrimo uti, nec deterioribus veſci cibis, omnes denique animi moleſtias, nauſeamque moventia pharmaca procul habere? Hæc enim ſtatuta, hæ leges ac regulæ Medicæ ſunt, quibus parere ſumma libertas videtur. Huc accedit, quod hac vitæ ratione nihil ſit fructuoſius. Proſpera enim ac inconcuſſa frui valetudine, omnibus morborum carere moleſtiis, vitam denique, quantum natura noſtra tulerit, quam longisſime extendere, hi vero ſunt exoptatisſimi fructus, quos ex hoc exquiſito vitæ regimine capimus. Quemadmodum enim omnes leges, auctore Cicerone, *ad ſalutem civium*

vium civitatumque incolumitatem, vitamque hominum quietam ac beatam conditæ ſunt: ita & Medicorum leges unice ad tuendam valetudinem, corporis animique ſalutem, vitæque longævitatem comparatas eſſe oportet. Et ſicuti legum civilium neglectus cum ipſo reipublicæ interitu conjunctus eſt: ita non poteſt non medicarum legum violationem ipſius corporis triſtisſima conſequi ruina. Ex quo ſatis, ut opinor, intelligitur, non medice viuere eſſe pesſime moleſtisſimeque vivere. Quam vehementer itaque eſſet optandum, ut quum commodam valetudinem extentumque vitæ ſpatium omnes deſiderent, omnes etiam hæc paullo accuratius ſecum perpenderent, ordinemque illum, quo ſapientisſimum Numen beneficia iſta diſpenſat, cum cura addiſcerent! Quum enim Deus omnem felicitatem tum corporis tum animi non niſi certo ordine hominibus elargiatur, non eſſet dubium, quin, obſervato iſto ordine, rectius ſibi conſulerent, quam dum vulnerata cauſſa ſera quærunt remedia. Quare TIBI CANDIDATE CLARISSIME optime conſtat vigiliarum ratio quas non ſolum addiſcendis medendi præceptis, ſed & ſaluberrimæ, quæ vitam ac ſanitatem tuetur, diſciplinæ impendiſti: meritoque Tibi ego gratulor generoſum iſtum impetum, ſolertisſimamque indolem, qua id conſecutus es, quod plurimis Tuæ ætatis eſt negatum. Sane enim laudabiles tum in phyſicis tum in arte medica profectus, cum ſumma modeſtia aliisque virtutum ornamentis conjuncti, ſpem faciunt certisſimam, fore, ut res publica æque ac medica fructum uberrimum, optimique parentes voluptatem inde incredibilem capiant. Gratulor itaque TIBI iterum honores, quos cum laude capesſis, Deumque precor, ut eos ſibi gratos, Tibique ac patriæ fauſtos fortunatosque eſſe iubeat. VALE.

Halæ Magdeb. ipſis Nonis Octobr.

CIↃ IↃCC XIII.